

# Voimavarat käyttöön yhteistyöhanke

Näre ry /Juukalaiset työttömät/ Valtimon pitäjäläiset 2021

tapahtumia jäsenistölle ja työttömille.

Seuraamme THL:n koronatilanteen suosituksia ja aina voi tiedustella lisää.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset puh. 040 828 5810

Liikuntavuoro PielisAreenalla toistaiseksi peruttu, seurataan tilannetta liikuntapaikkojen osalta.

ti 9.2.2021

klo 14.00-15.30

**Webinaari aiheena:** Vitamiinit-aihe jaksamisen ja mielen hyvinvoinnin näkökulmasta. Karelia AMK -opiskelijat pitävät luennon etänä. **Närekartano, Valtimon tapaamistupa ja Juuan Ellinkulma** paikanpäälle voi tulla katsomaan. Tulethan vain terveenä, kiitos.

to 11.2.2021

klo 9.00-10.00

**ATK neuvontaa,** Närekartano, Koulukatu 5, Nurmes. Tervetuloa mukaan. Puhelin, tietokone ja ipad. Maksutonta. Päivitykset ym. voit saada kuntoon.

to 11.2.2021

klo 14.00 – 17.00

**Kässäkerho, Närekartano, Koulukatu 5,** Nurmes. Aiheena: Polttopiirrin sarjan kokeilua puupajassa. Ilmoittaudu puh. 040 828 5810. 12 hlöä mahtuu mukaan. Maarit tuo koruaihoita.

ma 15.2.2021

klo 8.30- 10.30

**Webinaari aiheena:** seksuaaliterveys. Luento etänä. Enemmän aiheesta myöhemmin. **Vain Nurmes esitys.** Paikanpäälle Närekartanoon voi tulla kuuntelemaan, tulethan vain terveenä, kiitos. Järjestäjänä Nurmeksen kaupunki / Näre ry.

ke 17.2.2021

klo 10.00

**Lähdetään yhdessä kävelylle, lähtöpaikka Koulukatu 5 Nurmes, Närekartano.** Pakkasraja – 15 astetta. Margit ja Arto V lähteen kanssanne. Kävelysauvoja on lainattavissa Närekartanosta. Tervetuloa!

to 18.2.2021

klo 10.00-12.00

Valtimo

**ATK neuvontaa, Kuntalaisten talon Kouffi- kahvilassa. Kunnantie 1** Puhelin, tietokone ja ipad. Maksutonta. Tervetuloa mukaan. Päivitykset ym. voit saada kuntoon.

ke 24.2.2021

klo 10.00

**Lähdetään yhdessä kävelylle, lähtöpaikka Koulukatu 5 Nurmes, Närekartano.** Pakkasraja – 15 astetta. Margit ja Arto V lähteen kanssanne. Kävelysauvoja on lainattavissa Närekartanosta. Tervetuloa!

ke 3.3.2021

klo 10.00

**Lähdetään yhdessä kävelylle, lähtöpaikka Koulukatu 5 Nurmes, Närekartano.** Pakkasraja – 15 astetta. Margit ja Arto V lähteen kanssanne. Kävelysauvoja on lainattavissa Närekartanosta. Tervetuloa!

**Lisätiedot puh. 040 828 5810**

Mahdolliset muutokset ilmoitetaan

[www.nare.fi](http://www.nare.fi) ja voimavarat facebook sivustolla

**Veikkaus tukee toimintaamme!**



Toiminnassa huomioidaan niin valtion kuin Nurmeksen kaupungin antamat suositukset ja ohjeistukset. Rajoitteiden noudattaminen vaikuttaa toiminnan järjestämiseen ja osallistujamääriin pienentävästi. Soittaa aina voi ja kysyä. Muutoinkin voi olla yhteyksissä puh. 040 828 5810